BILINGUAL BOOKLET:

FOR ENGLISH TEXT
SEE BACK COVER

HYGIENE INDIVIDUELLE EN ZONE TROPICALE

CONSEILS A L'USAGE DES FONCTIONNAIRES ET EXPERTS DES ORGANISATIONS INTERNATIONALES

Cette brochure, qui fait également partie de la trousse médicale, est réalisée en collaboration avec le Service médical commun des Nations Unies et des Institutions spécialisées à Genève assisté par les services techniques et administratifs de l'Organisation mondiale de la Santé.



TABLE DES MATIERES

Composition de la trousse médicale

Un sac en plastique contenant :

- la publication OMS «International Travel and Health»
- une brochure «Hygiène individuelle en zone tropicale»
- un imprimé «Sécurité alimentaire à l'usage des voyageurs»
- un imprimé jaune évoquant les seringues contenues dans la trousse et la propriété de la trousse
- la liste des adresses des dispensaires du PNUD
- un marqueur chasse-insectes
- un lait de protection chasse-insectes
- une poudre insecticide
- des comprimés anti-paludiques
- une crème anti-inflammatoire
- une pommade antimycosique
- une poudre antimycosique
- des comprimés antibiotiques
- des comprimés antidiarrhériques
- des comprimés pour la purification de l'eau
- des sachets de sels de réhydratation
- des seringues et des aiguilles
- un perfuseur
- des comprimés antalgiques-antipyrétiques
- des compresses stériles imprégnées d'antiseptique
- des pansements adhésifs.

SERVICE MEDICAL COMMUN

de l'Organisation des Nations Unies et des Institutions spécialisées à Genève

HYGIENE INDIVIDUELLE EN ZONE TROPICALE

Conseils à l'usage des fonctionnaires et experts des organisations internationales

Les conseils qui vont suivre sont destinés à faciliter l'adaptation du personnel des organisations internationales se rendant en zone tropicale ou subtropicale à l'occasion d'une mission ou d'un transfert. Ils intéressent particulièrement les fonctionnaires qui n'ont aucune expérience de la vie sous ces climats. Il n'est pas possible de prévoir un texte pour chacune des régions où est susceptible de se rendre le personnel, mais ces conseils restent valables dans la plupart des pays tropicaux.

Il est à noter que ce texte n'a pas de caractère officiel et que le personnel ne saurait en faire état pour exiger une amélioration des conditions de vie qui lui sont offertes; son seul but est de fournir un certain nombre de conseils à suivre dans toute la mesure possible.

Dans les pages suivantes, vous trouverez des informations concernant :

- les préparatifs avant le départ
- les mesures d'hygiène et de prophylaxie à prendre sur place
- les médicaments et produits à emporter.
- la prophylaxie antipalustre

Ces indications ne prétendent pas être complètes; elles se proposent seulement d'attirer l'attention sur l'essentiel. Le Servical médical répond très volontiers à toute demande d'information complémentaire.

Dr H. Celton
Directeur
Service médical commun

I. PREPARATIFS AVANT LE DEPART

Il est recommandé de prendre connaissance avant le départ des rapports préparés par l'ONU à l'intention du personnel du Programme des Nations Unies pour le Développement et du personnel des missions pour chaque région du pays (Série TAB/POST). Le départ doit être soigneusement préparé et les préparatifs comprennent essentiellement :

A. Une visite médicale préliminaire

Cette visite a pour but de déterminer si votre état de santé vous permet de voyager et de préciser les vaccinations et les mesures préventives nécessaires en fonction de votre destination.

Elle comporte principalement un examen clinique permettant de contrôler l'état de santé et d'éviter la découverte d'une affection difficile à traiter sur place. L'état de la denture sera à vérifier si le séjour doit se prolonger plusieurs semaines et les soins dentaires nécessaires devront être donnés avant le départ. Au cas où le port de verres correcteurs est indispensable, il est prudent d'emporter une paire de lunettes de rechange.

B. Un contrôle des vaccinations

1) Vaccination vis-à-vis de la fièvre jaune :

Elle est **exigée** par certains pays pour l'entrée sur leur territoire, selon les termes des règlements sanitaires internationaux, en fonction de la provenance et de l'itinéraire du voyageur.

Cette vaccination est par ailleurs vivement recommandée aux voyageurs se rendant en zone d'endémicité.

2) Certaines vaccinations sont recommandées :

Vaccination antitétanique :
Elle est recommandée à toutes les personnes qui ne seraient pas bien immunisées (y compris celles dont l'immunisation n'a pas été renouvelée au cours des dix dernières années). Il est recommandé d'y associer le vaccin anti-diphtérique.

Vaccination antipoliomyélitique :
Elle est recommandée à toutes les personnes qui ne seraient pas bien immunisées.

Vaccination vis-à-vis de l'hépatite A :
Elle est recommandée pour les personnes n'ayant pas déjà séjourné dans les pays de forte endémicité. Si ce vaccin n'est pas disponible, l'injection de gamma globuline peut être utile.

Vaccination vis-à-vis de l'hépatite B :
Elle est recommandée pour les professions de santé et les personnes faisant un séjour prolongé ou de fréquents séjours dans des pays de forte endémicité.

Vaccination anti-typhoïdique :
Elle est recommandée à tous les personnels se rendant en zone tropicale et sub-tropicale, en Afrique, en Asie, au Moyen-Orient et dans les pays méditerranéens et, particulièrement, à ceux voyageant dans des conditions d'hygiène précaires.

Vaccination vis-à-vis de la méningite à méningocoque :
Elle est recommandée aux personnes se rendant dans les zones d'hyperendémicité en cas de contact étroit avec la population locale.

D'autres vaccinations peuvent être recommandées en fonction des circonstances (rage, encéphalite japonaise).

3) Une étude de l'allergie cutanée à la tuberculine, avant et après le séjour, est recommnandée pour les personnes dont on ne connaît pas la positivité au test tuberculinique et que les activités exposent à la tuberculose.

Un traitement prophylactique serait à envisager en cas de positivation survenant en dehors d'une immunisation par le vaccin BCG.

4) Les délais minimum nécessaires pour pratiquer les vaccinations font qu'il est important d'établir avec le médecin traitant un calendrier en fonction de l'état général de santé, de la destination, de la durée et du type du voyage et du temps disponible: il y a donc lieu de prendre contact en temps voulu avec son médecin traitant ou avec le service médical.

II. MESURES D'HYGIENE ET DE PROPHYLAXIE A PRENDRE SUR PLACE

A. Le mode de vie

Les premiers jours ou premières semaines, le nouvel arrivant non adapté aux conditions de vie et au climat risque d'être en état de moindre résistance et devra éviter le surmenage physique ou intellectuel important, mener une vie régulière et s'assurer si possible une courte sieste et une période de repos de huit heures par nuit.

B. L'alimentation

Elle doit être équilibrée, en évitant les gros repas, les boissons alcoolisées étant exclues ou seulement consommées en quantité très modérée et uniquement le soir. Il faut par contre boire suffisamment de liquide pour compenser les pertes et il peut être utile d'augmenter la ration de sel en cas de transpiration importante.

Il est nécessaire d'inspecter quotidiennement la cuisine lorsque les repas sont préparés par du personnel domestique privé; on peut ainsi veiller au respect des règles d'hygiène : propreté des mains, de la vaisselle, des placards, et éliminer mouches, cafards et rongeurs.

Les mains sales, l'eau de boisson ou les aliments constituent la source de contamination habituelle par l'amibe dysentérique et les autres agents infectieux intestinaux. Ils sont très répandus dans les régions tropicales et sont à l'origine de troubles digestifs aigus ou chroniques. La mise en oeuvre de mesures d'hygiène appropriées permet de les éviter.

Principales précautions alimentaires

- la règle **"bouillir, cuire, peler ou s'en passer"** est fondamentale

- il faut éviter de consommer les crudités
  - sauf si elles ont été soumises à un lavage soigneux dans une eau non suspecte
  - sauf s'il s'agit de fruits ou de légumes pouvant être pelés ou décortiqués

- les aliments doivent être consommés bien cuits et être encore chauds lorsqu'ils sont servis; il faut en particulier éviter de consommer des repas cuits ou préparés d'un jour à l'autre s'ils n'ont pas été conservés au réfrigérateur ou s'ils sont restés plusieurs heures à la température ambiante

- il faut éviter de consommer des glaces dont la provenance est douteuse ou dont la qualité n'est pas assurée

- le lait non pasteurisé doit être bouilli

L'eau de boisson

- **l'eau de boisson dont la bonne qualité n'a pas été prouvée doit être considérée comme suspecte et doit être épurée**

  - l'ébullition est le procédé le plus sûr

  - la désinfection par des comprimés désinfectants à libération lente est possible mais doit répondre à des règles précises

  - si un filtre est utilisé, il est également indispensable de faire bouillir l'eau obtenue après filtration

  - il est nécessaire d'éviter les glaçons dont on n'est pas sûr qu'ils aient été préparés avec de l'eau potable

  - en cas de doute sur la qualité de l'eau, il faut recourir à l'eau minérale en bouteille capsulée ou boire de l'eau sous forme d'infusions chaudes

  - les boissons gazeuses ou les jus de fruits en bouteille ou sous une autre forme d'emballage peuvent être consommés sans risque tout comme la bière et le vin (modérément !)

Que faire en cas de diarrhée ?

- la plupart des épisodes diarrhéiques évoluent spontanément vers la guérison en quelques jours
- il suffit en général de compenser les pertes liquidiennes en absorbant, dès le début d'une diarrhée, des boissons telles que eau non suspecte, bouillon, thé léger, jus de fruit et de continuer à s'alimenter normalement
- en cas de diarrhée importante, il est indiqué d'y adjoindre la prise de sels de réhydratation en suivant le mode d'emploi indiqué sur le sachet contenu dans la trousse. Le sachet est à dissoudre dans un litre d'eau potable : la solution obtenue doit être bue sans autre préparation ni ébullition.
- la prise d'un modérateur intestinal (lopéramide : Imodium) peut être utile, en complément, pour soulager les symptômes
- l'utilisation de certains antibiotiques (cotrimoxazole par ex.) peut être indiquée si aucun médecin n'est disponible et s'il y a du sang dans les selles ou de la fièvre
- adultes : 160 mg de Triméthropime et 800 mg de sulfamethoxasole, 2 fois par jour, pendant 5 jours
- si ces mesures sont inefficaces dans les 48 - 72 heures, il est indispensable de consulter un médecin
- l'emploi d'antibiotiques à titre prophylactique n'est pas recommandé

C. Hygiène corporelle et vêtements adaptés

En raison de la transpiration abondante, la peau peut facilement être le siège d'infection ou de mycose. Il est recommandé de se doucher quotidiennement et de bien se sécher ensuite. Les enfants en bas âge, les personnes obèses peuvent utiliser de la poudre de talc pour saupoudrer les régions cutanées sensibles.

L'eau pour la toilette de la bouche et des dents doit avoir été préalablement épurée ou bouillie; en cas de doute sur sa qualité, il faut également recourir à l'eau minérale.

Les vêtements seront légers, amples, confortables, aérés et en coton. Une coiffure légère à rebords assez larges permet une protection efficace contre le soleil. Dans les zones où l'onchocercose est endémique, le port de pantalons longs assure une protection contre les simulies. Il est nécessaire de prévoir des lunettes de soleil.

D. Protection contre les insectes

Certains insectes et notamment certains moustiques transmettent des affections particulières aux pays chauds, comme le paludisme.

Il est conseillé d'empêcher la pénétration des insectes dans les habitations en installant des grillages métalliques protégeant les ouvertures des pièces. L'utilisation d'une moustiquaire, si possible bien imprégnée d'insecticide, est recommandée dans les zones d'endémie palustre lorsque l'on n'est pas assuré de dormir dans une chambre sans moustiques (air conditionné). Mais elle n'est efficace que sous certaines conditions :

- tissu intact, à mailles suffisamment fines
- pliage correct pendant le jour
- bien ajustée pendant la nuit pour éviter que les insectes ne puissent y pénétrer.

A l'intérieur des maisons, les insectes doivent être détruits en pulvérisant un insecticide. On fera éventuellement usage des diffuseurs d'insecticide.

Si les moustiques sont nombreux, on pourra éviter au mieux leurs piqûres
- en portant des vêtements longs couvrant bras et jambes
- en appliquant sur les territoires cutanés exposés un produit insecticide (repellent)

E. Prophylaxie du paludisme

- s'informer auprès du Service médical de l'Organisation concernée ou du médecin examinateur des Nations Unies si la région où l'on aura à séjourner est une zone d'endémie palustre. Dans l'affirmative, il est indispensable de suivre très régulièrement une prophylaxie médicamenteuse.

- schémas prophylactiques : se référer au tableau de prophylaxie antipalustre.

F. Prophylaxie de la bilharziose ou schistosomiase

Dans toute zone où sévit cette affection et en l'absence d'informations sûres, il faut éviter le contact avec une eau non contrôlée, l'infestation se produisant par pénétration cutanée de la forme larvaire du parasite.

Il faut donc éviter de se baigner dans les rivières ou points d'eau tels que lacs, étangs ou marécages, ou de marcher dans de l'eau douce ou de s'y laver.

G. Ce qu'il faut savoir sur le SIDA

Qu'est-ce que le SIDA ?

Le SIDA, ou syndrome d'immunodéficience acquise, est le stade ultime de l'infection par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH). Une fois que le virus est entré dans la circulation sanguine, il détruit lentement le système immunitaire, laissant l'organisme de plus en plus désarmé contre d'autres infections et certains cancers. L'expérience accumulée à ce jour permet de dire que la plupart, sinon la totalité, des personnes infectées par le VIH développeront tôt ou tard un SIDA.

Les personnes infectées par le VIH mais qui n'ont pas le SIDA peuvent-elles transmettre le virus ?

Oui. Dès qu'une personne est contaminée par le VIH, elle peut en infecter d'autres. Comme en général les personnes infectées ne présentent aucun signe de maladie pendant de nombreuses années, elles ignorent souvent qu'elles sont porteuses du virus et peuvent, involontairement, le transmettre à d'autres.

Comment le VIH se transmet-il ?

Le SIDA est une maladie essentiellement transmise par voie sexuelle. Le VIH est présent dans le sperme et les sécrétions vaginales des personnes contaminées, ce qui signifie que la transmission peut se faire lors de rapports hétérosexuels - c'est-à-dire d'un homme à une femme ou d'une femme à un homme - ou de rapports homosexuels - d'un homme à un homme. Les hommes et les femmes qui ont de nombreux partenaires sexuels sont ceux qui sont le plus exposés au risque de transmission sexuelle. Le fait d'avoir une autre maladie sexuellement transmissible, comme la syphilis, augmente aussi le risque d'être contaminé par le VIH ou de le transmettre. Les trois-quarts de tous les adultes infectés par le VIH dans le monde ont contracté l'infection lors de rapports sexuels avec une personne du sexe opposé (rapports hétérosexuels).

Dans le cas du SIDA, comme dans celui de plusieurs autres maladies sexuellement transmissibles, le virus responsable peut aussi être transmis par le sang; le VIH peut être présent dans du sang transfusé qui n'a pas été soumis au test de recherche des anticorps anti-VIH ou dans le sang souillant des aiguilles, des seringues et d'autres instruments effractifs non stérilisés.

Le VIH peut aussi être transmis par une mère infectée au foetus ou au nouveau-né.

Comment le VIH ne se transmet-il pas ?

Les observations scientifiques accumulées sur plus d'une décennie montrent à l'évidence que le VIH ne se transmet pas à l'occasion de simples contacts à l'école, sur les lieux de travail, à la piscine ou au marché. On n'attrape pas le VIH par : les sièges de toilettes, les poignées de mains, les embrassades, la vaisselle, les verres, pas plus qu'en mangeant au restaurant où les aliments peuvent avoir été manipulés par une personne infectée par le VIH. La présence de sujets infectés par le VIH dans la société n'est pas une menace pour la santé publique. Le VIH n'est pas transmis par les moustiques et autres insectes parce que ce virus ne peut pas survivre dans leur organisme.

Comment se protéger contre l'infection ?

Bien entendu le meilleur moyen de se protéger de la transmission sexuelle est l'abstinence. Pour tous ceux qui ont une activité sexuelle, la sécurité réside dans la fidélité entre partenaires non infectés. Il faut éviter d'avoir des rapports sexuels avec des personnes qui ont, ou ont eu, un comportement à haut risque, comme la multiplicité des partenaires ou la prise de drogue par voie intraveineuse.

Si vous n'êtes pas absolument certain que ni vous ni votre partenaire n'êtes porteurs du virus, veillez à pratiquer une "sexualité à moindre risque". Adoptez des pratiques sexuelles n'impliquant pas pénétration (vaginale, orale ou anale) ou utilisez à chaque rapport un préservatif neuf en latex lubrifié avec un lubrifiant à base aqueuse. Utilisés correctement et à chaque rapport sexuel, les préservatifs peuvent considérablement réduire le risque d'infection par le VIH.

Ne partagez ni rasoir, ni aiguilles, ni autres instruments effractifs avec quelqu'un dont vous n'êtes pas sûr qu'il/elle n'est pas infecté(e) par le VIH. Evitez, dans la mesure du possible, les actes chirurgicaux qui ne sont pas indispensables, les injections (la plupart des médicaments peuvent être administrés par voie orale) et les transfusions sanguines. Pour cela, prenez des précautions élémentaires contre le risque d'accidents de la route et autres accidents, en particulier dans les régions où le niveau des soins médicaux risque d'être insuffisant. La trousse médicale du Service médical commun contient des aiguilles et des seringues stériles. Veillez à ce que ce soit bien votre matériel stérile, et pas un autre, qui serve à vous faire une injection en cas de besoin.

Comment en savoir plus ?

Une brochure spéciale intitulée "Le SIDA et l'infection à VIH - Information à l'intention des fonctionnaires des Nations Unies et de leur famille" donne de plus amples détails sur la manière de se protéger et de protéger ses proches de l'infection à VIH, et fournit également des renseignements pratiques et des conseils destinés aux personnes séropositives. On peut se procurer cette brochure qui existe en anglais, en espagnol ou en français, auprès du Service médical commun.

III. MEDICAMENTS ET PRODUITS A EMPORTER

A. Votre trousse contient certains médicaments et produits nécessaires

Certaines Organisations font remettre à leurs membres partant en mission une trousse contenant :

1. **Erythromycine (comprimés à 500 mg)**

- cet antibiotique est actif contre de nombreux germes pathogènes responsables d'infections respiratoires, stomatologiques, cutanées, génitales
- la dose habituelle est de 1 comprimé à 500 mg, 3 fois par jour
- le traitement doit être poursuivi 5 à 10 jours

Précautions d'emploi :

➜ - les comprimés sont à prendre en dehors des repas (de préférence, 45 minutes avant)

2. **Paracetamol (Doliprane comprimés à 500 mg)**

- Antalgique-antipyrétique utilisé pour le traitement symptomatique des affections douloureuses et/ou fébriles
- la dose habituelle est de 1 à 2 comprimés par prise, 1 à 3 fois par jour à 4 heures d'intervalle au minimum

Précautions d'emploi :

➜ - Toute réaction allergique au Paracétamol (rash cutané, erythème, urticaire) commande l'arrêt du médicament

3. **Sels de réhydratation** voir “Que faire en cas de diarrhée” (II.B)

4. **Loperamide (Imodium)** voir “Que faire en cas de diarrhée” (II.B)

- modérateur intestinal utilisé dans le traitement symptomatique de la diarrhée aiguë
- la dose habituelle chez l'adulte est de 2 gélules initialement puis 1 gélule supplémentaire après chaque selle non moulée sans dépasser 8 gélules par jour

5. **Médicaments antipalustres** voir "Prophylaxie du Paludisme" (II.E et IV))

6. **Produits destinés à éloigner les insectes**

- Kik Lait ou Kik Vapo
- Insectipen Vapona
- suivre les instructions inscrites sur le conditionnement

7. **Poudre insecticide** Lindane

- pour les poux, saupoudrer les sous-vêtements
- pour les punaises, saupoudrer les interstices du lit et sous les draps
- pour les puces, saupoudrer les parquets

Précautions d'emploi :

- il est préférable de ne pas utiliser cette poudre chez les enfants
- chez l'adulte, ne pas utiliser à moins d'une semaine d'intervalle en application sur le corps
- ne pas associer les poudres insecticides avec des produits huileux appliqués sur la peau

8. **Prévention des mycoses cutanées**

- poudre Mycil et crème Clotrimazole

9. **Crème Flumetasone-Clioquinol (Locacortène-Vioforme)**

- crème contenant un dérivé cortisonique à action anti-inflammatoire et du vioform à action antibactérienne et antimycosique
- peut être utilisée pour le traitement des petites infections cutanées (après piqures d'insectes par exemple), les eczémas infectés et les eczémas mycosiques



Précautions d'emploi :

Ce produit ne doit jamais être appliqué

- sur la conjonctive oculaire
- sur les lésions cutanées d'origine virale

Mode d'emploi :

- en application en couche mince une à deux fois par jour
- on peut éventuellement la recouvrir d'un pansement protecteur.

10. **Seringues, aiguilles et perfuseur stériles à usage unique**

11. **Produit désinfectant de l'eau (Hydroclonazone)**

- désinfectant de l'eau actif sur les germes, à l'exclusion des parasites et virus

➜ **Précautions d'emploi :**

- si l'eau contient beaucoup de substances en suspension (eau trouble), l'efficacité du produit est réduite et il est nécessaire de filtrer l'eau préalablement

Mode d'emploi :

- comprimé à dissoudre dans l'eau
- 1 comprimé par litre d'eau
- bien agiter et laisser en contact pendant 1 heure avant l'emploi

12. **Pansements adhésifs**

13. **Compresses stériles imprégnées d'une solution antiseptique**

- pour application locale

B. Autres médicaments et produits utiles

Il peut en effet être utile de se procurer avant le départ certains médicaments et produits qu'il n'est pas toujours facile de trouver en zone tropicale, tels que:

- les médicaments que vous utilisez pour un traitement en cours (prévoir une provision suffisante)
- un antispasmodique
- un pansement digestif
- un sédatif pour les insomnies ou les voyages de nuit
- des gouttes oculaires contre la conjonctivite
- des gouttes nasales pour les rhumes et les rhinites
- un produit contre le mal des transports
- des préservatifs
- une moustiquaire (éventuellent bien imprégnée d'insecticide)

Ces médicaments sont à déterminer en concertation avec le médecin traitant qui en précisera les indications et les contre-indications en fonction de votre cas particulier (éventuelle allergie par exemple).

PROPHYLAXIE ANTIPALUSTRE

Il est rappelé que :

- *la protection contre les piqûres de moustiques est la première ligne de défense;*
- *aucune prophylaxie antipaludique ne confère une protection complète;*
- *tous les voyageurs se rendant dans des zones où sévit le paludisme ne doivent pas automatiquement faire l'objet d'une prophylaxie.*

A PROTECTION CONTRE LES PIQURES DE MOUSTIQUES

Ces mesures sont expressément recommandées :

➡ 1 utilisation de répellent à appliquer sur les surfaces cutanées découvertes (le soir et la nuit)

➡ 2 utilisation de moustiquaires, si possible imprégnées d'insecticides, à défaut d'air conditionné

➡ 3 utilisation d'insecticides (sprays, diffuseurs, serpentins...) entre le coucher et le lever du soleil

B CHIMIOPROPHYLAXIE

En fonction de la zone et/ou du pays de destination, un des schémas médicamenteux suivants peut être proposé :

❑ Chloroquine

voir remarque 1

*** adultes** : 300mg par semaine (3 comprimés à 100mg une fois par semaine)				
*** enfants** :	**< 1 an** 25 à 50mg	**1 - 4 ans** 50 à 100mg	**5 - 8 ans** 100 à 200mg	**9 - 15 ans** 200 à 300mg

Dans les rares cas où se produisent des effets secondaires désagréables, tels que des troubles gastro-intestinaux, le médicament est mieux toléré lorsqu'il est pris au moment des repas et que la dose est répartie en 2 demi-doses hebdomadaires.

❑ Chloroquine + Proguanil

voir remarques 1 et 2

*** adultes** : – ***Nivaquine*** *:* 300mg par semaine (3 comprimés à 100mg une fois par semaine) – ***Paludrine*** *:* 200mg une fois par jour (2 comprimés à 100mg une fois par jour)				
*** enfants** : ***Nivaquine*** ***+Paludrine***	**< 1 an** 25 - 50mg 25mg	**1 à 4 ans** 50 - 100mg 50mg	**5 à 8 ans** 100 - 200mg 75mg	**9 à 15 ans** 200 - 300mg 100mg

Si des troubles gastro-intestinaux se produisent, ils peuvent être atténués en prenant les médicaments au moment des repas et en répartissant la dose de ***Nivaquine*** *en 2 demi-doses hebdomadaires.*

Il est recommandé de respecter le même horaire pour la prise hebdomadaire et quotidienne de ***Nivaquine*** *et* ***Paludrine****.*

❑ Méfloquine

voir remarque 1

*** adultes** : 250mg par semaine (1 comprimé à 250mg une fois par semaine)				
*** enfants** :	**< 2 ans** non recommandé	**2 à 4 ans** 1/4 comp.	**5 à 8 ans** 1/2 comp.	**9 à 15 ans** 3/4 comp.

Au début de la prophylaxie, il peut se produire de légers effets secondaires tels que vertiges ou troubles gastro-intestinaux qui, en général, disparaissent spontanément.
S'ils persistent, il est nécessaire de recourir à un autre schéma médicamenteux.

La ***Méfloquine*** *est contre-indiquée pendant le 1er trimestre de la grossesse, en cas d'antécédents de comitialité ou de troubles psychiatriques, en cas de troubles de la conduction cardiaque.*

❑ Doxycycline

voir remarque 2

*** adultes** :100mg par jour (1 gélule à 100mg une fois par jour)			
*** enfants** :	**1 à 7 ans** contre-indiqué	**8 à 12 ans** dosage non disponible	**> 12 ans** 100mg

Les gélules doivent être prises avec beaucoup de liquide et jamais juste avant de s'allonger.

La ***Doxycycline*** *est contre-indiquée pendant la grossesse.*

REMARQUES IMPORTANTES

1 **Pour tous les antipaludiques à prendre une fois par semaine, la prophylaxie doit débuter une semaine avant le départ.**

2 **Pour les antipaludiques à prendre chaque jour, la prophylaxie doit débuter un jour avant le départ.**

3 **Il faut continuer à prendre tous les médicaments pendant 4 semaines après la dernière exposition éventuelle à l'infection.**

4 **Devant la survenue d'un épisode hautement fébrile :**

- **a. Il faut consulter immédiatement un médecin**
- **b. s'il est impossible de consulter un médecin et/ou d'établir un diagnostic dans les 24 heures, il faut recourir à un schéma médicamenteux thérapeutique : commencer le traitement et prendre les dispositions nécessaires pour consulter un médecin le plus rapidement possible.**

C TRAITEMENT

En fonction de la zone et/ou du pays de séjour et de la chimioprophylaxie suivie, un des schémas médicamenteux thérapeutiques suivants peut être proposé :

❑ *Méfloquine*

*** adultes :** 15mg par kg de poids corporel (sans dépasser un maximum de 1000mg, soit 4 comprimés à 250mg), en une ou deux prises à huit heures d'intervalle (en fonction de la tolérance) au cours d'un repas.

exemple : pour un adulte de 60kg et plus : 4 comprimés à 250mg
- soit en une prise unique
- soit en deux prises à 8 heures d'intervalle:
  2 comprimés à 250mg immédiatement et
  2 comprimés à 250mg huit heures après la première prise.

*** enfants :** 15mg par kilo de poids corporel, en une ou deux prises à huit heures d'intervalle (en fonction de la tolérance) au cours d'un repas.

exemple : environ 1 comprimé à 250mg par 15kg
- soit en une prise unique
- soit en deux prises à 8 heures d'intervalle :
  1/2 comprimé à 250mg immédiatement
  et 1/2 comprimé à 250mg huit heures après la première prise.

La Méfloquine est contre-indiquée pendant le 1er trimestre de grossesse, en cas d'antécédents de comitialité ou de troubles psychiatriques, en cas de troubles de la conduction cardiaque.

Il est préférable que le traitement par Méfloquine soit supervisé médicalement. Cette surveillance est nécessaire en cas d'affection cardiovasculaire.

❑ *Fansidar*

*** adultes :**	3 comprimés en une prise		
*** enfants :**	1 à 3 ans 1/2 comprimé	4 à 11 ans 1 comprimé	12 à 15 ans 2 comprimés

Il faut éviter une deuxième prise ultérieurement en raison de phénomènes de sensibilisation pouvant être dangereux.
Le Fansidar est contre-indiqué en cas d'allergie aux sulfamides.

❑ *Quinine*

*** adultes :** 2 comprimés à 300mg, 3 fois par jour, à 8 heures d'intervalle, pendant 7 jours.
*** enfants :** 10mg par kilo de poids corporel, 3 fois par jour, à 8 heures d'intervalle, pendant 7 jours.

❑ *Quinine + Doxycycline*

*** adultes :** ***Quinine :*** 2 comprimés à 300mg, 3 fois par jour, à 8 heures d'intervalle, pendant 7 jours
+ Doxycycline : 1 gelule à 100mg, 2 fois par jour, à 12 heures d'intervalle le premier jour et 1 gelule à 100mg par jour ensuite pendant 7 jours.

❑ *Halofantrine*

*** adultes :** 2 comprimés à 250mg à 3 reprises, à 6 heures d'intervalle
*** enfants :** 8mg par kilo de poids corporel à 3 reprises, à 6 heures d'intervalle

une seconde cure complète, une semaine après la fin de la première, est recommandée.

L'Halofantrine est contre-indiquée en cas d'allongement de l'espace QT, de troubles de la conduction, d'arythmie ventriculaire, de traitements pouvant allonger l'espace QT, de prophylaxie ou de traitement antimalarique par Méfloquine, en cas de grossesse.

❑ *Chloroquine*

*** adulte :**	6 comprimés à 100mg immédiatement, puis 3 comprimés à 100mg 6 heures, 24 heures et 48 heures après la première dose.			
*** enfants :**	< 1 an 1/8 de la dose adulte	1 à 4 ans 1/4 de la dose adulte	5 à 8 ans 1/2 de la dose adulte	9 à 15 ans 3/4 de la dose adulte

Les recommandations ci-dessus ont été formulées en collaboration avec l'Unité de Contrôle de la Malaria de l'OMS.

NOTES